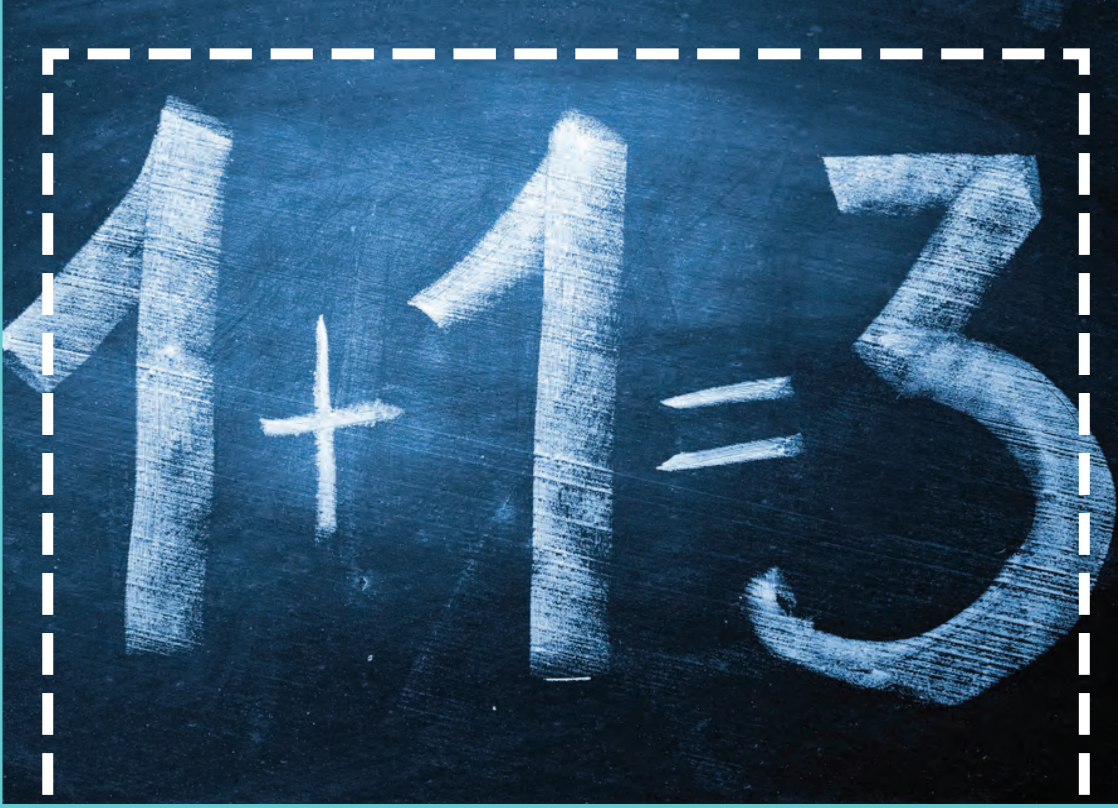
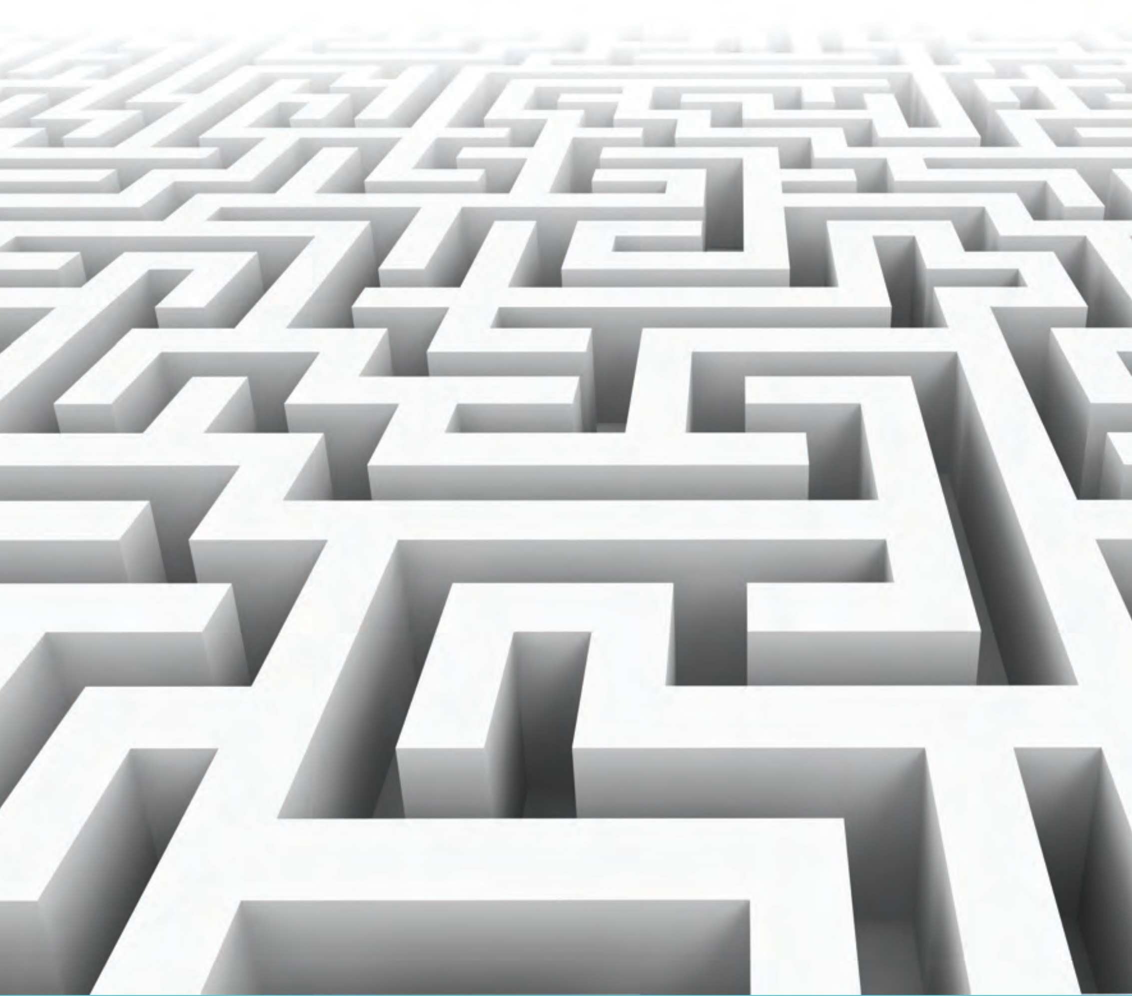


Combigebruik. De meest gestelde vragen

de druglijn



V.U.: Frieda Matthys, Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen vzw,
VAD, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel - juni 2011 (herziene herdruk) - D/2011/6030/10
De DrugLijn is een initiatief van VAD – VAD wordt gefinancierd door de Vlaamse overheid.
De DrugLijn financieel steunen kan op rekeningnummer 433-1078042-09.
Vanaf € 40 ontvang je een fiscaal attest.
concept Today - druk www.epo.be - afbeeldingen www.shutterstock.com

Combigebruik is het gebruik van twee of meer drugs bij dezelfde gelegenheid. De drugs worden niet per se op hetzelfde moment genomen: zelfs als drugs met een tussenpauze van enkele uren genomen worden, kunnen de effecten elkaar nog beïnvloeden.
Die drugs kunnen illegaal (zoals cannabis, xtc, speed, cocaïne, heroïne), maar ook legaal zijn (zoals tabak, alcohol, cafeïne en medicijnen). Men kan ze doelbewust combineren, maar soms combineert men ook zonder het te beseffen.

Welke combinaties komen zoal voor? Welke effecten kunnen ze hebben? En wat kan er fout gaan? Deze folder beantwoordt een aantal veelgestelde vragen.

Waarom combineren mensen drugs?

Onbewust en ongewild

Veel mensen combineren drugs zonder het te beseffen. Vaak is het een gewoonte en is men zich niet bewust van de risico's.
Men neemt af en toe een pilletje tegen één of ander ongemak (bijvoorbeeld hoofdpijn) en drinkt tegelijk ook alcohol. Anderen drinken regelmatig alcohol en houden hun drinkgewoonten aan als ze dagelijks medicijnen moeten slikken. Ook tijdens het uitgaan combineren velen alcohol met andere middelen.

Een illegale drug combineren met een legale of een andere illegale drug (bijvoorbeeld xtc met cannabis of alcohol met cocaïne) gebeurt niet altijd doelbewust of gepland. Het hangt soms meer af van het toeval, of van welke drugs er op dat moment voorhanden zijn.

Producenten of dealers versnijden illegale drugs vaak met andere, goedkopere stoffen. Speed bijvoorbeeld, kan cafeïne bevatten, waardoor speedgebruik ongewild en onbewust ook combigebruik kan zijn.

Doelbewust

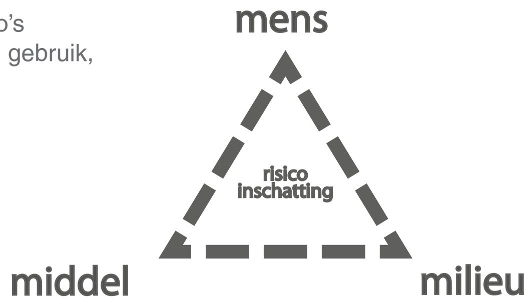
Vooral illegaledruggebruikers combineren drugs om een bepaald effect te bekomen. Soms combineren ze verschillende drugs (ook legale) om de aangename effecten van één bepaalde drug te versterken of net om de onaangename effecten te onderdrukken. Of en wat er juist gecombineerd wordt, hangt ook af van de situatie waarin iemand zich bevindt.

Alcohol wordt voornamelijk gebruikt voor en tijdens het uitgaan. Speed- en cocaïnegebruikers snuiven die drugs eerder vóór en tijdens het uitgaan, omwille van het energiegevoel. Xtc wordt vooral tijdens het uitgaan geslikt. Achteraf grijpen uitgaanders wel eens naar cannabis of slaapmiddelen om tot rust te komen.

Verslaafde gebruikers combineren soms eender welke illegale drug die ze te pakken kunnen krijgen. Heroïnegebruikers bijvoorbeeld gebruiken de ene keer samen met cocaïne, de andere keer met kalmeringsmiddelen, een andere keer met nog andere drugs.

Wat doet het?

Zoals bij elke drug verschillen de risico's
naargelang de gebruiker, de wijze van gebruik,
de hoeveelheid, de plaats en
het moment van het gebruik.
De drug (middel),
de gebruiker (mens)
en de omgeving (milieu)
beïnvloeden elkaar
en bepalen het risico.



mmm-model (Zinberg, 1984)

Drugs worden grotendeels in drie groepen verdeeld. Van verdovende drugs (zoals heroïne, alcohol, slaap- en kalmeringsmiddelen en GHB) wordt men minder alert, kalmer en soms slaperig. Oppeppende drugs (zoals speed en cocaïne) lijken meer energie en zelfvertrouwen te geven. Tripmiddelen (zoals LSD en paddenstoelen) ten slotte veranderen de beleving van de werkelijkheid.
Sommige drugs vertonen kenmerken van twee van de drie groepen.
Cannabis bijvoorbeeld is een mild tripmiddel dat ook een licht verdovend effect heeft.
Xtc heeft zowel kenmerken van oppeppende drug als van een tripmiddel.

De effecten van één drug zijn soms al moeilijk voorspelbaar, omdat ze ook afhangen van wie die drug gebruikt, wat diens gemoedstoestand is, maar ook door de gebruikte dosis, de omgeving enzovoort. Verschillende drugs hebben soms tegengestelde effecten. Ook onduidelijkheid over de zuiverheid of exacte samenstelling van een van de drugs kan voor problemen zorgen. Bij het combineren wordt het bijgevolg nog moeilijker om de effecten en de risico's in te schatten.

Wie één drug neemt en korte tijd later nog wat meer van diezelfde drug, kan de effecten nog min of meer inschatten: meer van hetzelfde, ofwel 1 + 1 = 2. Wanneer iemand verschillende drugs combineert, zijn de effecten echter onvoorspelbaar. Het resultaat van 1 + 1 kan dan bij wijze van spreken 3 zijn, maar evengoed nog wat anders.
Door de optelsom van twee drugs is de lichamelijke en geestelijke impact sowieso zwaarder dan bij het gebruik van één drug.

Wat kan er fout gaan bij combigebruik?

De vaakst voorkomende en de meest risicovolle combinaties zijn:

Verdovende drugs

Het combineren van verschillende verdovende drugs heeft altijd een sterk verdovend effect en houdt dan ook het grootste risico in op een overdosis.

Alcohol en medicatie

Wie ziek is en medicijnen slikt, drinkt beter geen alcohol. Worden beide toch gecombineerd, dan hangen de gevolgen sterk af van het soort medicijnen. Het kan de effecten van de alcohol versterken (verlies van zelfcontrole en beoordelingsvermogen), maar ook leiden tot een verminderde of net sterkere werking van de medicatie.
De combinatie van alcohol met slaap- en kalmeringsmiddelen kan zeer gevaarlijk zijn. De verdoving kan zo sterk worden dat men in coma raakt of overlijdt.

Opiaten en kalmeringsmiddelen

De combinatie van opiaten en opioïden, zoals heroïne en methadon, met kalmeringsmiddelen kan gevaarlijk verdovend zijn. Heel wat overdosissen zijn te wijten aan dergelijk gecombineerde gebruik.

Alcohol en GHB

GHB op zich is berucht voor de kans op bewusteloosheid en coma. Gecombineerd met alcohol wordt dit risico nog veel groter en ronduit levensgevaarlijk.

Oppeppende en verdovende drugs

Bij dit soort combinaties remmen de drugs elkaars effecten af.
Gebruikers hebben het valse gevoel nog niet veel gebruikt te hebben. Daardoor wordt makkelijker nog meer gebruikt, waardoor de schadelijke effecten nog groter worden.



Alcohol en xtc/speed/cocaïne

Wie alcohol combineert met xtc, speed of cocaïne, voelt minder de effecten van de drank. Door een vals gevoel van nuchterheid bestaat het gevaar dat men stevig blijft doordrinken.
Door de combinatie van de effecten heeft men minder voeling met zijn lichaam. Dat draagt bij tot uitputting, de kans op uitdroging of een hartaanval. Alcohol werkt vochtafdrijvend. In combinatie met xtc, speed of cocaïne stijgt het risico op uitdroging nog meer.
Bij xtc-gebruik is oververhitting een gevaarlijke complicatie. Wordt alcohol met cocaïne gecombineerd, dan ontstaat een nieuwe stof in het lichaam: coca-ethyleen. Die stof werkt niet alleen intenser en langer dan cocaïne, ze kan agressie uitlokken en is erg belastend voor hart en lever.

Opiaten en cocaïne

De effecten van opiaten zoals heroïne en de effecten van cocaïne kunnen elkaar opheffen. Zo ontstaat het risico dat gebruikers geneigd zijn om grotere dosissen nemen dan gewoonlijk. Soms grijpen heroïnegebruikers naar cocaïne gebruikt om de ontwenningsverschijnselen van heroïne op te vangen. Of uit hoop dat de ene drug de negatieve effecten van de andere zal opvangen. Als beide drugs tegelijk ingespoten worden, heet dat een ‘speed ball’. Onderzoek toont aan dat ontwennen voor gebruikers moeilijker is als ze naast heroïne ook cocaïne gebruiken.

Oppeppende middelen

Als speed en cocaïne, xtc en cocaïne of xtc en speed gecombineerd worden, versterken ze elkaars oppeppend effect. Dat kan leiden tot verhoogde bloeddruk en hartslag, hartritmestoornissen en hersenbloeding. Ook de kans op paniek of paranoia, agressie en slaapproblemen neemt toe.





Combinaties met cannabis

Veel cannabisgebruikers roken ook tabak of drinken ook alcohol. Sommigen combineren cannabis met andere illegale drugs.

Cannabis en alcohol

Alcohol en cannabis samen kan leiden tot misselijkheid, duizeligheid en paniek. Vooral bij beginnende gebruikers. Het ondermijnt ook de coördinatie van de bewegingen en het denkproces, meer dan alcohol of cannabis afzonderlijk. In het verkeer bijvoorbeeld is dat extra gevaarlijk.

Cannabis en tabak

In België wordt cannabis meestal gerookt in een joint: een zelfgerolde sigaret met cannabis en tabak.
De rook van een joint wordt vaak dieper geïnhaleerd en langer ingehouden dan de rook van een gewone sigaret. Zo komt tot vijf keer meer teer en koolstofmonoxide in de longen terecht. Er zijn er ook aanwijzingen dat beginnende gebruikers die wel jointjes maar geen sigaretten op zich roken, na verloop van tijd verslaafd raken aan de nicotine en toch sigaretten gaan roken.

Cannabis en xtc/speed/cocaïne

Door cannabis te combineren met xtc voelen gebruikers de effecten van xtc langer, maar ook minder hevig.
Cannabis wordt gebruikt om de oppeppende effecten van speed en cocaïne wat te milderen. Welk effect men precies bekomt, is echter onvoorspelbaar.

Cannabis en tripmiddelen

Het samen gebruiken van tripmiddelen zoals LSD of paddenstoelen met cannabis versterkt het bewustzijnsveranderende effect en verhoogt de kans op paranoia en paniekaanvallen.

Tabak en alcohol

Tabak en alcohol is de meest voorkomende combinatie. Ze houdt vooral gezondheidsrisico's in op lange termijn. Wie zowel rookt als drinkt heeft beduidend meer kans op gezondheidsproblemen. Beide verhogen ook de kans op kanker en hart- en vaatziekten Stoppen met roken lukt moeilijker als men blijft drinken en omgekeerd.

Als het fout loopt. Hulp en informatie

Bij combigebruik zijn de effecten en risico's moeilijk in te schatten. Toch stuurt het lichaam meestal signalen voor het echt fout loopt (misselijkheid, droge mond, hartklop¬pingen, koud zweet ...). Wie deze signalen opmerkt, neemt het zekere voor het onzekere en zoekt best hulp. Dat kan door vrienden, omstaanders, bar- of clubpersoneel aan te spreken. Bel zo snel mogelijk het noodnummer 112. Op events is er een EHBO-post.

Een drug combineren met een andere (bijvoorbeeld xtc met cannabis of alcohol met cocaïne) gebeurt niet altijd doelbewust of gepland. Het hangt soms meer af van het toeval, of van welke drugs er op dat moment voorhanden zijn.
Sommige illegaledruggebruikers combineren drugs om een bepaald effect te bekomen. Soms combineren ze verschillende drugs om de aangename effecten van één bepaalde drug te versterken of net om de onaangename effecten te onderdrukken.
Of en wat er juist gecombineerd wordt, hangt ook af van de situatie waarin iemand zich bevindt.

Gaat het niet om een noodsituatie en heb je gewoon vragen over druggebruik of combigebruik. Ben je bezorgd om je eigen gebruik of dat van iemand in je omgeving? Dan kun je De DrugLijn contacteren.

Contacteer De DrugLijn

Voor alle vragen over drank, drugs, pillen en gokken.

Je kunt bij ons terecht voor concrete informatie, een eerste advies en/of adressen voor hulp en preventie. We staan open voor je verhaal, zonder te oordelen of te veroordelen. Anonimiteit, objectiviteit en vertrouwen staan voor ons centraal.

Bel via 078 15 10 20
- ma-vr: 10-20 u. (niet op feestdagen)
- vanaf een vast toestel bel je aan voordeeltarief

Een gesprek via Skype
- ma-vr: 18-20 u. (niet op feestdagen)
- gratis via www.druglijn.be

Mail via www.druglijn.be
- je ontvangt een antwoord op maat
- binnen de 5 werkdagen

de druglijn
078 15 10 20
www.druglijn.be